

## Studiare ed essere un campione? Si può, parola di Leonardo

**Pubblicato:** Giovedì 18 Luglio 2019



**È possibile essere campione del mondo e contemporaneamente seguire le lezioni universitarie?**

La risposta è sì e **Leonardo Iomini** ne è un esempio. Ventiduenne, è **studente di scienze motorie all'Insubria e campione del mondo di arti marziali vietnamita**.

«Ho imparato a ottimizzare le mie giornate, così da conciliare la mia carriera universitaria con quella sportiva – spiega **Leonardo** **durante il suo intervento nella giornata di orientamento** dell'Insubria – Cerco di frequentare tutte le lezioni, studio sempre con i miei compagni e faccio un allenamento specifico per ogni gara».

Fin dalle elementari ha praticato **judo** e all'età di **12 anni si è avvicinato alle arti Marziali Vietnamite "Sa Long cuong"** vincendo molte medaglie prestigiose, tra cui il **quarto posto ai mondiali di Hanoi ottenuto lo scorso anno**.

«Credo che fare uno sport e prendersi cura del proprio corpo, dedicando del tempo al riposo e curando la propria alimentazione, possano aiutare tutte le persone a concentrarsi e comprendere di più» continua Leonardo.

«**Studiare per prendere un bel voto e basta non serve a nulla**. Io sono del team "bisogna accettare tutti i voti". Preferisco studiare per imparare e migliorarmi, e questa facoltà mi dà molto».

Ovviamente, racconta Leonardo, non serve solo ottimizzare il proprio tempo, **bisogna anche fare dei sacrifici**: «Per conseguire i miei obiettivi ho dovuto fare delle scelte. Ad esempio esco con i miei amici solo nel weekend».

Un bellissimo messaggio quello che oggi Leonardo ha lanciato al pubblico presente in aula, un messaggio che non sottolinea le medaglie, quanto la pratica sportiva quotidiana come possibile stile di vita di uno studente universitario.

di [Umberto Papa](#)